Nhật tụng Kālāma – Kinh tạng trích diễm

Kinh Niệm chết – 08/09/2024

Kalama tri ân cô Diệu Hỷ ghi chép

Sáng nay chúng ta học tiếp bài kinh Niệm chết. Bài kinh này nội dung nhẹ nhưng quan trọng.
Trong Chú giải cho biết, bất kể chúng ta là ai, là hành giả thiền chỉ, thiền quán hoặc là một người không tu thiền, mỗi ngày nên nhớ nghĩ, nên niệm tưởng 4 đề mục thay vì ngồi trướ bàn Phật tụng ê a, tụng tùm lum mà cái đầu trớt quớt.

- **Niệm Phật**

Mình học cái gì mình niệm cái đó. Như tôi có nhiều cách niệm Ngài lắm:

(1) Đức Phật đã làm chuyện khó làm, đã cho cái khó cho, đã nhìn cái khó nhìn, đã chứng đắc cái khó chứng đắc.
(2) Hoặc Ngài là bậc toàn giác, đức lành nào Ngài cũng có, ai Ngài cũng thương, cái gì Ngài cũng biết.
(3) Ngài là người đã giác ngộ giáo pháp về các duyên - Duyên sinh, duyên hệ, Ngài thấy vạn pháp giai không và dạy lại cho chúng sinh.

Tôi nhiều cách niệm. Làm gì thì làm, mỗi ngày phải niệm Phật. Niệm Phật có nhiều tác dụng, ý nghĩa:

(4) Gieo duyên với chư Phật, đời sau nghe "Phật" là tỉnh ngủ
(5) Có cơ hội nhớ mình là ai, cần làm gì, nên sống ra sao

- **Niệm Bất tịnh**

Đề mục thứ hai người Phật tử nên niệm nhớ mỗi ngày là đề mục Bất tịnh.
Bất tịnh = mình quán niệm thân này từ đầu xuống gót chân là bất tịnh. Bản thân nó không được tắm rửa vệ sinh 3 ngày thì già trẻ, đẹp xấu đều hôi hám hết. Từng bữa ăn của mình, cái miệng là thùng rác, mình đổ ở trên nó ra ở dưới. Mỗi ngày nhớ như vậy, mỗi lần ăn nhớ là đang đổ rác.

- **Niệm tâm từ**

Mỗi ngày, hành giả hay không, miễn là có thờ Phật, mỗi ngày phải niệm tâm từ - Mong muôn loài được sống trong nhân lành, quả lành. Nhân lành = Được tu hành; Quả lành = Được sống trong thoải mái, an lạc.

- **Niệm sự chết**

Mỗi ngày phải niệm nhớ rằng: Sáng nay mình còn, trưa nay có thể mình mất. Trưa nay còn chiều có thể mất, chiều nay còn khuya có thể mất. Mình hãy nhớ cái chết là cái bắt buộc phải xảy ra. Còn ở đâu, lúc nào, chết kiểu gì là chuyện mình không cần quan tâm, mà cái quan tâm, nhớ hoài là chắc chắn mình phải chết, những gì mình đang có phải bỏ lại hết để mà đi – *sabbaṁ pahāya gamaniyaṁ*.
Sáng nay mình bài kinh này là học về 1 trong 4 đề mục tôi vừa nói - đề mục niệm chết quan trọng lắm lắm luôn. Có vô số người tu Phật niệm Tam Bảo không xi-nhê, niệm cái gì cũng không xi nhê, đang giận mà niệm tâm từ, đang ái luyến mà niệm bất tịnh là không vô được, nhưng niệm cái chết là nó lắng hết. Có nghĩa là đang ái luyến, nhớ thương, tương tư hệ lụy gì không biết, niệm cái chết là nó lắng liền; Ghen tuông, thương nhớ, ray rứt, áy náy, thao thức, trăn trở gì lắng hết; Nhớ tới cái chết là gì cũng lắng: Hờn giận, thị phi, cũng lắng; sự ràng buộc trong tiền bạc, tiếng tăm, chức vụ,.. là cũng lắng nếu nghĩ nhiều về cái chết.
Tôi nói một trăm một ngàn lần: Không hề có lời nào của đức Phật không cần sự hành trì, không cần thực tập. Chuyện đó không có. Tôi vẫn nói rằng: Nếu lời Phật mà giúp được mà không cần hành trì thì mình thỉnh nguyên tủ Tam tạng về để trong nhà là tự nhiên giác ngộ, tự nhiên hết phiền não, tự nhiên hết sanh tử, tự nhiên không còn phàm phu, tự nhiên được an lạc. Đâu có được. Không có được. Nguyên tủ Tam tạng vẫn chỉ là tủ sách, không liên quan gì tới mình, nếu mà mình không hành trì. Đề mục niệm chết cũng vậy.
Học như vậy, nghe như vậy nhưng phải liên tục thực tập hành trì.

Chúng ta có dễ duôi (từ cũ kêu dễ duôi nhưng mà tôi thích xài chữ "dễ ngươi" cho bà con dễ nghe - Mấy người nhờ dò dùm bản thảo tài lanh sửa lại là dễ duôi). Khi mình nhớ về cái chết tự nhiên mọi thứ mình phải chững lại, chuyện đó rất quan trọng, biết chững lại trong hờn giận, thương ghét, thích thú, dính mắc, ràng buộc,... Niệm tới cái chết là nó lắng. Một ngày chưa tới đâu, hai ngày, năm ngày, một tháng, một năm, hai năm, niệm riết đề mục nó thành của riêng mình = lúc cần tự nhiên nó bật ra. Không cố ý.
Chuyện gì đến cứ nhớ hoài chết là hết = những gì mình đang có dẹp hết, giờ các vị có ngàn tỷ đô la, euro, bảng Anh tắt thở cái là cái gì cũng xong, người khác ăn chứ mình là trớt quớt rồi đó.
Cái này mới thảm nè. Cái chết của mình - trừ người thần thông, người không có thần thông cái chết là bất định: Chết ở đâu, chết kiểu gì, chết lúc nào là chuyện bất trắc. Tiếp theo là chết rồi đi về đâu là bất trắc. Vì vô lượng kiếp sanh tử mình tạo vô lượng nghiệp ác- thiện,đương nhiên ác nhiều hơn thiện, kiếp này có tu bằng trời mà lúc tắt thở nhằm lúc nghiệp cũ nó trổ là mình cầm cái đó mà đi.
Dù nghiệp kể có 4:

(6) Thường nghiệp: Những gì mình thường làm trong suốt đời.
(7) Khinh thiểu nghiệp: Nghiệp thiện ác lâu lâu làm một lần, lai rai đôi khi, thảng hoặc, ngẫu nhiên trong đời.

- Trọng nghiệp : Những nghiệp thiện ác có đối tượng quan trọng, bản thân mình làm bằng tâm mãnh liệt và tác dụng, hiệu quả của công việc cũng lớn, ba cái đó cộng lại là Trọng nghiệp. Đối tượng lớn, quan trọng; Tập thể dầu không ra gì nhưng là tập thể, đối tượng lớn, quan trọng. Thí dụ bây giờ mình xả rác là chuyện nhẹ nhiều khi mình sơ ý, bất cẩn, hoặc làm biếng; nhưng việc gì nhắm tới đám đông mà mình cố ý ra tay để tàn hại, tước đoạt sức khỏe, sinh mệnh của người ta + ác tâm mãnh liệt + gây hậu quả lớn (có người chết, cấp cứu, tổn hại về sức khỏe lâu dài,....) là Trọng nghiệp bất thiện; Trọng nghiệp thiện: Mình nghĩ đến đám đông làm điều lành, thí dụ như vừa rồi rất nhiều bà con Việt Nam mình mình nghĩ tới nạn dân Miến Điện,vốn đã nghèo cộng chiến tranh trong đó có chư tăng, tu nữ, cả mấy triệu người đói khổ, mình nghĩ tới họ, lấy ra một phần tài sản làm phước. Bữa nay tôi nói mạnh miệng vì hết nhận rồi. Tôi đang ở Mỹ tôi hoàn toàn không biết gì hết. Bên từ thiện Kalama Friends sẽ đứng ra đại diện, chuyển tiền qua Miến Điện có đại diện người ta làm giúp. Cái quan trọng là vào thời điểm này đối tượng chúng ta nhắm là tập thể, hoặc là chư tăng ni Miến Điện, hoặc những vị đang trong học viện, thiền viện,... những người giữ bát quan trai. Một là nhắm đến tập thể + Thiện tâm mãnh liệt + Rõ ràng mình cứu họ trong cơn thắt ngặt = Trọng nghiệp (thiện). Nhiều khi mình bỏ thuốc độc trong cái giếng cho cả rừng người chết là trọng nghiệp bất thiện; Còn nhắm tới tập thể đông đúc làm điều lành là trọng nghiệp thiện.
- Cận tử nghiệp: Nghiệp mình nói, làm, suy nghĩ trước lúc mệnh chung.

Bốn nghiệp vừa kể là nghiệp trong kiếp này thôi. Còn nếu nói nghiệp trong dòng luân hồi thì tính 4:

- Hiện nghiệp: Nghiệp cho quả ngay đời này, trong vòng một vài giờ, 1-2 ngày hoặc nhiều năm, miễn sao trong đời này.
- Sanh báo nghiệp: Nghiệp bắt buộc cho quả kiếp kế, tắt thở là cho quả liền, trả liền, thí dụ nghiệp giết cha giết mẹ, hoặc nghiệp đắc thiền – nghiệp thiện.
- Hậu báo nghiệp: Nghiệp cho quả từ đời thứ hai đến vô tận.
- Vô hiệu nghiệp: Nghiệp quá hạn, nó bị nghiệp mạnh lấn át quá thời gian cho quả thì nó mất.

Tắt thở chúng ta đi về đâu là bằng nhiều thứ nghiệp khác nhau. Có thể nghiệp thiện, ác trong đời này hoặc nghiệp thiện, ác của vô số đời trước, hoặc của kiếp mới đây 1, 2 kiếp.
Tại sao đang giảng quẹo qua nghiệp? Hành giả thường xuyên niệm; Ta sẽ chết, chắc chắn chết, không sớm thì muộn; đã chết rồi đi đâu thì trời biết. Đó là lý do tôi nói về nghiệp chút vậy đó.
Giờ mình có ác, thiện cỡ nào, có nghèo, giàu, xấu, đẹp, trí, ngu, sang hèn, cỡ nào thì cái chết là chuyện bất trắc. Chết rồi đi đâu là trời biết. Chuyện bữa nay tiền muôn bạc vạn khuya nay làm con giun con dế không có gì lạ.
Có nhiều người trong nước chống chúng tôi khi chúng tôi nói rằng từ thân người xuống con gián chỉ một nốt nhạc họ không tin họ chửi tùm lum. Cái đó tùy hỷ. Ngày xưa trước những cái thị phi kiểu đó tôi có buồn, có giận; giờ tôi nói thiệt – cái này ác nè, nhưng tôi đâu tránh được, tôi thấy mấy người vậy tôi lại vui. Vui nhiều hơn giận. Là bởi vì, người như vậy cơ hội mình gặp lại họ thấp lắm, cơ hội mình gặp lại họ ít lắm. Họ đi đâu thì trời biết, nhưng mà khi họ với mình bất đồng thì khó chung đường. Cái tôi ngán là

cái này: Có chánh kiến, có bố thí, có ngồi thiền, mà lại không thích tôi. Cái đó tôi ngại lắm. Có nghĩa là kiếp sau sanh ra có khả năng mình gặp lại nhau và họ luôn luôn họ trên đầu mình không. Còn người cái gì cũng không, chỉ biết chống mình thôi thì cơ hội gặp lại rất là ít. Nếu có gặp thì họ cũng cách mình xa lắm. Tôi nói riêng tôi thôi, trong trường hợp mình giận ai, phiền ai cứ nhớ nhiêu đó. Coi người đó có tu hành không thì biết. Có mới ngại, còn cỡ nó chống mình mà nó không có công đức, thiện pháp nào là yên chí lớn, khả năng gặp lại rất khó, mà nếu có gặp lại thì cách nhau ngàn trùng biệt xứ, xa lắm luôn. Thí dụ mình thấy một anh homeless châu Phi làm sao gặp được mấy đại gia Âu Mỹ, hoặc con giun con dế trong đất ông tỷ phú dù chung mảnh đất nhưng khả năng giao tiếp bằng 0. Chưa kể cõi trời, cõi người, địa ngục, ngay trong mảnh đất đó đó, kẻ làm chủ kẻ làm công, cũng mừng. Cho nên, mình nghĩ cái nghiệp đó lòng mình nhẹ đi. Đương nhiên, cách tu của tôi hơi ác, nhưng biết sao giờ.
Mình nghĩ mỗi người có nghiệp riêng, nếu người ta chống mình mà người ta có tu mình mới ngại, còn nó chống mà nó không có công đức gì, ăn rồi phá không thì mình nên mừng, vì cơ hội gặp lại nhau rất ít, nếu gặp lại nhau khoảng cách xa lắm. Nhờ mình nghĩ đến cái chết mình nhẹ lắm.
Thứ nhất, ai làm phiền mình – thì ít lâu cũng hết thấy nhau rồi; Còn mình có ái luyến ai thì cũng ít lâu cũng xa nhau rồi. Cơ hội gặp nhau khó lắm. Vì sao? Vì vô số kiếp luân hồi mỗi người có vô số tiền nghiệp. Bây giờ trước mắt mình thấy họ cũng tu hành dữ dội nhưng mà rồi đây khi tắt thở họ phải đi theo nghiệp cũ của vô lượng kiếp quá khứ. Dĩ nhiên, tình trạng cùng chung chí hướng phần trăm gặp lại cao, trớt quớt cơ hội gặp lại ít mà có gặp lại thì khoảng cách rất là xa. Người cùng chung chí hướng, cùng chung đẳng cấp, cùng chung tâm tư, cùng chung bản hoài thì cơ hội gặp lại nhau nhiều hơn, nhưng chỉ là nhiều hơn chứ bao nhiêu phần trăm thì khó nói, vì mỗi người có nghiệp riêng nhiều như núi, một kiếp sống vài chục năm của mình làm ác làm thiện chỉ là một muỗng cafe so với núi tiền nghiệp. Mình ác bằng trời thì tội đó chỉ là muỗng cafe so với núi tiền nghiệp. Mình luân hồi biết bao nhiêu kiếp, sữa mẹ mình uống, máu và lệ mình đổ ra nhiều như nước bốn biển – kinh nói đó. Thử hỏi: Mấy chục năm tu hoặc mấy chục năm gian ác không là gì so với tiền nghiệp. Cho nên một tên trời ơi đất hỡi giờ chết rồi có khả năng nó quay trở lại sung sướng. Đương nhiên, sướng kiểu hôn quân, bạo chúa, sướng kiểu sướng lần mất luôn, kiểu có phước mà không có đức. Nhiều người tu hành chân chánh chết vẫn đọa như thường vì phải trả nghiệp cũ. Mình siêng năng bằng trời mà mình mang nợ xấu quá lớn thì cũng xơ xác, mình siêng lắm, cày sâu cuốc bẫm mà nợ mình ngàn tỷ sao trả hết. Còn thằng kia làm biếng mà nó có của ăn của để thì nó vẫn sung sướng.
Không biết đạo mình thấy đời không công bằng, nhưng mà nó công bằng lắm. Chuyện luân hồi, sanh tử nó y như chuyện trước mắt mình vậy đó. Tức là, siêng bằng trời nhưng nợ cũ nhiều quá, cũng khổ; thằng làm biếng như con lợn nhưng nó có của ăn của để nó vẫn sung sướng. Người không tu hành gì hết nhưng quả lành kiếp xưa mình đâu có biết, cúng dường chư Phật, cúng dường hiền thánh một trái chuối, củ khoai, muỗng cơm, muỗng cháo là coi như giờ ảnh lên trời ảnh ngồi rồi đó, ảnh xuống đây là ngồi trên đầu mình đó. Còn mình tu hành bằng trời mà một là mình không phục vụ, cúng dường ai, không cung kính ai; hai là nhằm đối tượng chẳng ra gì. Còn ảnh gian ác thiệt nhưng đời xưa mình cúng dường hiền thánh, những bậc quý nhân, đại nhân.
Người Phật tử niệm chết là niệm vậy đó. Phật tử = bao gồm người xuất gia và tại gia. Phật tử- con Phật phải nhớ: Mình có lý luận hay bằng trời, mình có đề xuất bao nhiêu pháp tu thâm hậu, mầu nhiệm cách mấy nhưng mình không thể quên vụ sống nay chết mai. Tu cái gì, niệm cái gì không cần bàn tới nhưng phải nhớ hoài 4 đề mục:

- Ngày nào cũng niệm Phật,
- Ngày nào cũng niệm Bất Tịnh,
- Từ bi Quán
- Niệm chết.

Quan trọng lắm luôn.
Chuyến này tôi về Mỹ, do cơ duyên trùng hợp ngẫu nhiên, trong thời gian ngắn, 1 tháng tôi đi gặp 2 người quen, rất là thân. Người đầu tiên tôi thăm xong 6 tiếng sau họ mất, còn người thứ hai thăm thấy bác sĩ bảo mấy tháng nhưng tôi nhìn họ tính bằng ngày vì họ không còn gì để mà sống, banh chành hết trơn như ổ ếch - mình nhìn mình thấy khiếp. Từng là những người sống mấy chục năm ở nước ngoài, lái xe, ăn uống, vui chơi, mua sắm, hưởng thụ, giao dịch với đủ thứ sắc dân, đời sống sung sướng mà giờ nằm đó đau, cái đau không ngán mà sợ. Bình thường mình nói trời biển, lúc đó mình không biết, nó tăm tăm mù mù, nó đi vào cảnh giới mù mịt, có làm người mình đâu nhớ chuyện cũ, rồi làm giun, làm dế, chưa kể

xuống dưới vô mấy cái chảo, nó chiên như giò cháo quẩy, tu kiểu tào lao là giò cháo quẩy, trong kinh nói tính bằng ngàn năm, thăm thẳm.
Bà con có quyền không tin. Cứ đi cho xa tránh nhau càng tốt.
Đại khái niệm chết là niệm như vậy.
Trong bài kinh đức Phật khen vị tỳ kheo niệm chết trong từng hơi thở. Còn những vị khác niệm trong mùa mưa nắng, những bữa ăn, những đêm, ngày. Cuối cùng có vị nói con niệm trong từng hơi thở. Đức Phật tán thán vị đó – đúng.
Các vị đừng có lo, trời ơi xúi tôi niệm vậy rồi niệm Phật tính sao, vụ Tứ niệm xứ tính sao. Yên tâm. Tâm chỉ biết cảnh, mỗi khoảnh khắc nó chỉ biết một cảnh thôi. Mình sống bằng chánh niệm trong từng sinh hoạt thì giờ mình niệm chết cũng là một cách tu. Làm gì cũng nhớ, biết đâu đây là lần cuối cùng mình cầm chổi, khóa cái cửa đi biết đâu chiều nay về người khác mở mình không mở, sử dụng đồ đạc biết đâu đây là lần cuối cùng mình sử dụng món đồ này, quỳ trước bàn Phật biết đâu đây làn lần cuối mình quỳ trước bàn Phật.
Ai không tin tôi hoan hỷ lắm, vì chúng ta đang từng bước xa nhau.
Thường xuyên suy niệm như vậy. Ghét cách mấy, thương cách mấy, vui cách mấy, buồn cách mấy, vinh quang, tủi nhục cách mấy cuối cùng tất cả bằng 0 - vô hũ hết,. Một là xuống đất nằm, mấy tấc đất; còn hai là vô cái hũ.
Chúng tôi đang ở St. Petersburg, kỳ rồi chúng tôi về Houston, trước đó về Orlando, vô nhìn mấy hũ cốt trong phòng ký linh, tinh thần nó xuống không phanh, nó nản. Mà trụ xứ Am Mây của tôi nó lạ lắm, tôi thích chỗ đó gần biển, có cái trùng hợp, kế bên 3 bước là trạm cứu hỏa, thêm 2 bước là nhà quàn, thêm 3 bước nữa là bệnh viện, đi 4 bước nữa là hospice - chỗ thầy chạy bác sĩ chê thầy chùa khoái, chỗ đó tôi gọi là boarding gate, có ticket, visa rồi, đã qua checkpoint, security, control rồi, giờ ngồi phòng đợi chờ beng là nhào lên bay. Những người nào mình thương bằng trời mà nằm hospital – bệnh viện còn hi vọng ngày nó ra, như tù 1 năm, 2 năm còn dạng đại ca vô hospice là án tử. Vô trong đó nếu không mê man cũng lay lắt, leo lét, lấp lánh, không ăn uống gì hết, chỉ bằng thuốc, serum. Lạ chỗ sát Am Mây toàn thứ dữ không. Tôi nhớ lúc đang đi tìm chỗ để làm trụ xứ, nó khiến sao đi lạc đường, chạy tới chạy lui gặp hospice, funeral home, mình đang hào hứng gần biển, 5 miles thôi, (~10 cây), đẹp lắm, 9 bãi tắm, thấy bão nào ồn – bỏ, parking đầy xe – bỏ, bãi nào ngó không khoái – bỏ, nó nằm liên tục. Lúc đó thích lắm. Ai dắt cứ lạc đường, đi tới đi lui cứ hospice, funeral home. Tôi nói người Phật tử, không biết điềm gì nản quá, chắc buông hết về Miến Điện, nhưng được cái tìm được chỗ này thì tìm chỗ dưỡng già, cuối năm 2018. Giờ chúng tôi ở châu Âu là để về lo Kalama nhưng thỉnh thoảng vẫn dành thời giờ về đây. Giờ về đây thì sướng, dịch kinh, viết sách online vô tư.
Nãy giờ giống như tôi lạc đề đúng không? No. Tôi nhớ rất rõ, tôi kể cho các vị nghe để thấy rằng cái gì mình thương thích, đầu tư, chỉ ở mức cần và đủ thôi, ngay cả chuyện tu hành, dĩ nhiên nó quan trọng hơn vật chất nhưng phải nhớ - Cơ hội tu có 3 cái hiếm:

1. Có mang thân người không? Mang được phải tận dụng.
2. Mang thân người có gặp chánh Pháp không?
3. Mình có được điều kiện hay không? Cơm gạo áo tiền, tình trạng sức khỏe, tình trạng tinh thần; cả 3 cái đó cái nào cũng chua hết:
    a. Tình trạng sức khỏe: Cái thứ mà nó bệnh dập dìu bệnh triền miên khói lửa lấy gì nó tu
    b. Tình trạng tài chánh - giật gấu vá vai, làm sáng ăn trưa, làm trưa ăn chiều, sao tu, một vợ 8 con sao tu?
    c. Tình trạng tinh thần - trí nhớ kém quá. Tôi có gặp. Có người lạ lắm, chuyện tầm bậy nhớ cực giỏi, quen 800 người gia cảnh sao nó nhớ hết, đụng tới giáo lý là ngáp rách miệng, nói nó không hiểu mà nghe trước quên sau, lạ lắm. Nhớ dở, hiểu chậm, hoặc đầu óc lăng xăng, chưa kể ba trọn tâm thần.

Cho nên, khi chưa biết đạo thì mình bám chặt vào ba thứ sắc, tài, tình, danh, lợi. Biết đạo rồi phải thường xuyên tâm niệm: Tất cả phải bỏ hết mà đi, một ngày không hẹn trước; Kể cả công phu tu hành không có gì đáng để mình hãnh diện vì đó chỉ là chuyện uống thuốc, cái đó quan trọng lắm. Và chuyện tu hành, tất cả công phu tu hành, nếu bình tĩnh tự hỏi lòng mình :

- Thứ nhất- Mình tu đúng chưa?
- Thứ hai - Tu mình nhắm tới lý tưởng gì?

- Thứ ba – Biết mình tu được bao lâu? Tắt thở rồi là xong. Chuyện quay lại tiếp tục tu hành như kiếp này là chua, khó lắm. Phải nguyện nha.

Bà con nào không tin mặc xác, hoan hỷ. Nếu tin thì nên nguyện - Nên nguyện mỗi sáng. Ra lạy Phật nguyện. Nguyện gọn đừng nguyện tùm lum dễ khùng:
- Đời đời sanh ra gặp chánh Pháp, gặp minh sư thiện hữu.
- Đời đời sanh ra có lòng ly dục, đắc thiền.
- Đời đời sanh ra biết phân biệt cái gì là cốt lõi, là bao bì.
- Con yểu thọ không chưa biết nhưng mong được đi nhẹ nhàng như Thế Tôn, các bậc đệ tử của Thế Tôn.

Nguyện suốt trong nhiều ngày nhiều tháng nhiều năm tự thân nó sẽ là sức mạnh, tiền nghiệp có trổ để cứu không thì thua. Tôi tuyệt đối tin tưởng lời nguyện nhắc đi nhắc lại nhiều lần nó có sức mạnh ghê lắm. Tôi rất là thèm được chết kiểu nghe mệt mệt, buồn ngủ, nằm chút xỉu tới lúc hơi thở yếu nằm leo lét đi luôn, rất mê, mê lắm luôn; Tôi ớn nhất ba vụ cắt mổ, tùng xẻo, gắn ống, thọt vô mũi truyền thực phẩm, cái đó vô là chết chắc; sống chi cứ cù cưa mệt quá đi. Thấy chọt ống là thấy thua rồi. Hồi trẻ thì may ra trên 70 mà hôn mê sâu khó tỉnh lại. Tôi không phải bác sĩ nhưng là thầy chùa tôi biết điều đó. Trên 70 mà chọc ống là khó lắm, nó sặc cái là trên trời mà thở, ngán lắm, chỉ mong đi cho nó êm, ngọt, nhanh; ngày nào cũng niệm hết, niệm hoài. Nghiệp xấu nghiệp thiện tôi không biết, tôi có kinh nghiệm sâu sắc về bệnh viện. Tôi vô bệnh viện là khác người ta, người ta vô thăm, khám tôi cũng như người ta nhưng tôi vô : nếu có phải vô mai mốt mình chọn bệnh viện như thế nào, hoặc tối tân hoặc có tầm nhìn thiên nhiên, có view đẹp, có cả 2 thì khó, tôi nghĩ không xong chắc tôi lạy y tá khiêng tôi ra hành lang cho tôi nhìn trời đất chết, tôi sợ tường lắm, sợ mấy tấm màn cửa sổ, bàn inox, ớn lắm. Thấy không xong cho tôi ra hiên nhìn trời, nhìn chim bay rồi đi. Tôi có dặn mấy người quen, thấy không xong thì ngưng thực phẩm đi đừng cho ăn nữa, ngưng thuốc, thấy tôi hơi ngáp ngáp là cho tôi ra sân, lạnh lạnh nóng nóng chút không sao.
Nãy giờ tưởng tôi lạc đề. Không, tôi tưới tẩm nhận thức, chia sẻ với bà con, đó là những cái rất là thật, vì dầu chúng ta có là ai, chúng ta có tin Phật, tin ít hay nhiều, tin đúng hay sai thì chúng ta cũng chết – ngày đó không xa lắm đâu. Như tôi 55, với sức khỏe bây giờ mà ngon lành là tung hoành 10 năm nữa, 65, cho thêm ngon lành nữa là thêm 10 năm là 75, bay đi đâu? Bây giờ ngán muốn chết luôn. Kỳ rồi tôi bay Houston mà tôi coi đồng hồ hoài. Báo 2 tiếng mà chờ hoài, thấy nó lâu quá, ở nhà đâu thấy nó lâu, check in, qua check point tùm lum hết, thời gian nó lê thê mà công việc tôi về bên thuyết pháp, có 2 thời, mỗi thời 1 tiếng đồng hồ, vì 2 tiếng đó một thời chủ nhật, một thời thứ tư mà mình bay trời ơi nó ngán. Mà qua, ai mà nghe, nhìn mặt nó trớt quớt, giờ đặc biệt lắm, mạt pháp mà, mình thuyết pháp như bò rống, ở dưới nó trớt quớt, nó khều, móc nhau, lấy phone quẹt quẹt, lâu lâu nó dòm ngáp cái dài xọc. Nó mời tùm lum. Houston là chỗ tàng long ngọa hổ, danh tăng pháp sư, Phật tử kiểu đó, hỏi chỗ không có tăng ni nó tu cái gì, học cái gì, nghe tò mò mời về coi cái mặt như thú lạ như Panda Trung Quốc chứ học gì. Nghèo thì cơm gạo áo tiền, giàu thì le lưỡi đếm tiền, tối lén lén tắt đèn vô phòng riêng đếm hột xoàn, tu cái gì, dóc. Lâu lâu mời về chơi cho vui, miễn lễ.
Cái quan trọng nhất, nếu ai có niềm tin, kể từ hôm nay phải niệm. Nhớ hoài vậy đó – Phải chết.Nếu không niệm Phật, niệm tâm từ, tối thiểu một ngày ít nhất 1 tiếng nhớ về cái chết. Không phải ngồi đúng một tiếng - Làm gì cũng nhớ, sáng ra lễ Phật chút, khoảng 15 phút, nhớ; lát sau đi chợ nấu ăn cũng nhớ, lái xe cũng nhớ chừng chừng,... tổng cộng ngày được 1 tiếng nhớ tới cái chết là khá. Phải một tiếng mới đủ mạnh, nhớ hoài như vậy.
Trong Chú giải nói, đề mục Niệm chết tuyệt đối có thể làm nền cho thiền chỉ, thiền quán; tuyệt đối có thể làm nền cho đạo quả La Hán. Ghê như vậy.
Làm nền = muốn tu tập nhập định, thần thông phải nhớ cái chết trước rồi tu đề mục nào anh tu, mới tu hết ga, xịt khói.
Thiền quán cũng vậy, anh muốn Thân – Thọ - Tâm – Pháp gì cứ lai rai nhớ hoài – nhớ tới cái chết. Chánh niệm gì chánh niệm, thỉnh thoảng nhớ tới cái chết. Không thực tập không thấy đề mục này linh, không hay, nhưng thực tập đề mục này rồi quý vị thấy 1001 cái lợi. Lợi lạc của đề mục này rất nhiều, coi trong Thanh tịnh đạo, ví dụ: Không dính mắc trong người, vật, cảnh, sự kiện:
- Người – bớt thương thích, bớt căm ghét, bớt bất mãn, bớt thù oán.
- Vật – cái gì mình thương thích mình tập buông, tắt thở là cái gì mình quý nhất tên khác xài.

- Cảnh – cảnh đẹp bằng trời thì chết cũng phải bỏ, mình đi về chỗ mà chó ăn đá gà ăn muối, khỉ ho cò gáy, sình lầy nước đọng, ống cống, đống rác mình đâu chắc; Giờ mình là đại gia, có căn nhà bên cạnh hồ, ven biển, núi cao tùm lum tắt thở rồi...
- Sự kiện – dầu mình nổi tiếng, quan hệ tốt trong xã hội thì chết rồi coi như xong.

Nhờ nghĩ vậy nó bớt thương thích, ghét sợ, dính mắc với người, vật, cảnh, sự kiện.
Dầu hành giả miên mật hay không, tu lai rai, tu xìu xìu ển ển phải nhớ hoài: Niệm Phật nhiều khi nó trớt quớt vì mình phải hiểu Phật pháp, hiểu giáo lý thì niệm Phật mới đã, chứ còn không niệm Phật như niệm thần chú "Nam mô bổn sư Thích Ca" hay là "Namo buddhaya", "Namo tassa Bhagavato", "Itipi so..." niệm tùm lum mà trong khi mình không biết Ngài chứng đắc cái gì, Ngài giảng dạy cái gì, mình không biết nhiều lắm về cuộc đời của Ngài thì lấy cái gì mà thương kính Ngài; chẳng qua mình niệm để cầu phúc, niệm để tránh họa thì có; còn đại khái mình niệm như réo tên ông thần tiên, ông bụt; niệm đúng như trong kinh khó lắm. Nếu niệm Phật không xong thì tốt nhất niệm hơi thở, hoặc chánh niệm trong các oai nghi tư thế sinh hoạt, niệm Bất tịnh, niệm từ tâm, đặc biệt là lúc nào cũng phải niệm cái chết. Tu cái gì không cần biết. Thỉnh thoảng nhớ cái chết - Chết rồi là hết, cái gì cũng bỏ lại; Đi sang kiếp khác trong thân thể khác. Đề mục này sẽ làm các vị được an lạc.
Nghe rất là kỳ đúng không? Niệm sợ mà, nó lạ lắm, cứ niệm, nó nhập tâm là mình thấy chuyện sống chết bình thường. Không phải niệm để ngày càng teo. Niệm riết thấy chuyện sống chết bình thường, nhờ vậy mai này có biết sắp đi cũng thấy quen, cách đây mấy chục năm mình nghĩ nó nhiều rồi. Cái tôi ngán nhất là lúc chết hôn mê, nói sảng, tiếc nuối - sợ hãi. Ba cái này không nên. Biết sao tránh. Chỉ còn trông cậy công đức tu hành thôi.
Mà lạ, người tu mà tôi biết rất dễ lẫn, đãng trí khi lớn tuổi, Alzeihmer. Có lẽ do số tăng ni ít mình có nhiêu mình để ý. Còn cư sĩ họ đông cho nên mình để ý mấy người minh mẫn tuổi già không. Thêm nữa, cái chết đẹp tôi thấy toàn cư sĩ không. Chứ còn chư tăng chết đẹp, năm nay tôi 45 -46 năm làm thầy chùa, ông sư mà chết thấy thèm chưa được bàn tay.
Cách đây 2 năm, có ông sư trong nước, bác sĩ cho biết chết lúc đó, chứ ai biết; khuya ổng đi toa lét sao ổng gục xuống, tôi có thấy cái hình, chắc trước khi ổng thấy mệt sao đó, ổng ngồi đưa 2 bàn chân ra trước, ổng ở thất riêng, người Phật tử hộ trì ổng buổi sáng họ qua họ thấy, họ nói rất đơn giản, sư này chết trong tư thế ngồi- thật ra không phải tư thế ngồi, sư gục đầu xuống, máu nó tụ, cái mặt đỏ rực như Châu Xương, nó đen dữ lắm, không phải Quan Công. Họ thấy vậy mà họ dịch là sư này chết ngồi, rồi tay nghe dịch tiếp là sư ngồi thiền thì tịch. Mình nghe ham quá, xin cái hình, nhìn cái mặt như Châu Xương. Dĩ nhiên mình đâu biết vị đó đi về đâu, nghe ông sư chết đẹp thì mình ham.
Ngày xưa có ngài Hộ Tông, năm 1981, thuyết pháp cho chư tăng Phật tử xong, ngài đi toa let, tự đi luôn, vệ sinh sạch sẽ, bình thường có người dìu, xong xuôi hết, vô ngài nằm, đặt tay lên bụng rồi đi luôn. Đẹp thiệt đẹp.
Ngài Pháp Minh, Phật tử Việt kiều về xin đặt bát cúng dường, sáng sớm nhìn vô thấy ngài tịch. Cốc của ngài đặc biệt lắm, ngài ở cốc lá không ở cốc tường, năn nỉ lắm, ngài cho xây cao cỡ 1m- 1,2m phần gạch, ở trên thì tre; ở ngoài nhìn vô không sót; tối đó ngài ngồi sao mà ngài tịch trong tư thế ngồi.
Ngài Tăng thống - Hộ Nhẫn, ngài đi bát bị 2 cô đi honda tông thất khiếu xuất huyết, bị tông giữa đường ngài đi vô bên lề, nằm xuống, nghiêng bên phải, dặn người ta đừng bắt lỗi 2 cô để 2 cô đi, trước khi mất còn lo cho người khác, lát sau có người hô hoán chở đi bệnh viện nhưng mà mất; điều đặc biệt là thất khiếu xuất hiện, thấy mấy video quay, để bông gòn; lúc đó không sợ mà chịu được cơn đau, giải quyết sự vụ. Xuất sắc.
Mình biết 3 người đó chết đẹp - chứ còn khó lắm.
Phật tử tôi biết 5 cụ trên 90, chết êm lắm, tự nhiên trước đó 3 ngày, tuần lễ họ không muốn ăn, con cháu cho uống sâm nhẹ nhẹ, mệt mệt; đâu bệnh gì mà cấp cứu, không thuốc không thầy, gì cũng không hết, nằm vậy rồi cách ngày có cháu thay đồ rồi đi luôn, đi trong giấc ngủ con cháu không hay. Long Bình tôi biết 1 cụ, bên Mỹ tôi biết mấy cụ, chết rất là đẹp. Gò Vấp tôi biết một cụ, chết đẹp lắm, trường hợp đó rất là hiếm.
Mình không mong sống lâu, chỉ mong chết được như vậy.
Chốt lại bài giảng sáng nay, chúng ta có bộ 5 cuốn Kalama, bản thảo cuốn 4 đã xong, chỉ cần dịch lại một số đoạn là in liền. Trong 5 cuốn mình học về các vấn đề giáo lý; sáng nay tôi giảng đề mục chết tôi nhắc lại: Học giáo lý nào, thực tập pháp môn nào, mai này tôi giảng sang bài kinh nào thì bài kinh này phải là bài giảng hành trang, hành lý. Nghe cái gì, học cái gì, hành cía gì, đi đâu, lúc nào, trong hoàn cảnh ra sao

phải niệm đề mục chết – nếu mình thờ Phật, mình tin Phật. Hay lắm. Cái này gom thâu lục quốc. Coi như mình niệm vậy mình bớt tham thích, bớt hờn giận, bớt nhỏ nhen, tỵ hiềm, toan tính, tiểu tâm, bớt đầu tư cho cái này cái kia một cách vô ích. Nếu cao hứng, có cái này cái kia nhưng lòng sẵn sàng buông. Các vị thích chơi lan, tranh, tượng không ai cấm nhưng cứ nhớ hoài: Chiều nay, khuya nay, ngày mai, tuần sau, nguyên tủ trà này vô tay người khác. Cái gì của người chết, con cháu người ta ớn lắm. Con cháu nó khó đụng mâm trà lắm. Nó ớn lắm.

Bên Thụy Sỹ nó đã giàu, ông bà ra đi là đồ đạc con cháu nó tuồn hết ra tiệm đồ cũ. Nhà mình không biết, mình không tận mắt thấy chủ nhân nên mình dạn, đồ Thụy Sỹ tốt lắm. Tôi dám nói mạnh miệng quý vị mà đi Thụy Sỹ chơi, chợ trời nhiều lắm, Zurich có 2 chỗ, một chỗ cho đại chúng bán thượng vàng hạ cám, bán quanh năm chỉ nghỉ mấy tuần cuối năm; còn chợ trời quý tộc nó bán từ tháng 5 tới tháng 10; quý vị qua đó nếu đi rốt ráo 1-2 tuần là có thể "kiếm" lại được vé máy bay, có những món lẽ ra 10 đồng nhưng chỉ có 2 đồng rưỡi thôi. Tại sao tôi nói lạc đề? Tôi đang nói chuyện khác. Đồ tốt không, toàn người chết để lại, hoặc họ chán họ bỏ cũng có; Đồ cũ đồ cổ là gì? Mua của thằng chán bán cho thằng thèm chứ không có gì hết, có trường hợp thảm hơn là mua của người chết bán cho người sống. Bên đó đồ cũ tốt lắm nhưng quý vị xẹt qua không thấy gì đâu, thỉnh thoảng có những thứ rất hay; tôi có những bức tượng Phật đẹp hoang đường, đẹp không tin được. Trước ngày tôi về đây, tôi thỉnh một bức tượng bằng ngà. Người bán họ rất lịch sự, họ hỏi rõ: you có biết cái này không đem máy bay được, không gửi bưu điện được, cái này you mua ở đâu để ở đó, you biết không? Tui biết. Bức tượng bằng ngà rất đẹp, nếu ngà voi không phải là cấm thì bức tượng đó tôi nghĩ phải mấy ngàn đồng, tượng bằng ngà, cao hơn 1 gang tay, đẹp nức nở. Ở đâu ra cái đó? Của người chết. Bàn tủ, giày dép, mắt kính, đồng hồ, dây nịt, túi xách, các đồ tác phẩm nghệ thuật, đắt tiền, quý hiếm, lộng lẫy lung linh và lấp lánh, tất thảy đều là của người chết ra đi và để lại. Đau lòng nhất có những cái mình biết lúc họ sống họ mê họ thích cỡ nào, họ đã bao nhiêu gian khó, đợi chờ, tiền bạc, tâm tư để có được, khi đi con cháu nó coi không ra gì, buông hết;

Còn người thân của mình tuần thất đầu còn khóc chút đỉnh, còn mưa nhẹ mưa rào chứ mấy tuần sau xong chỉ còn gió miên man nhẹ nhẹ, cúng thì cúng nó nhăn răng nó cười. Coi chừng trên 80 nó ít khóc lắm, chết nó mừng; chết trước 70 thì nó khóc, nhiều lắm là khóc trong đám tang thôi, thất 1 – thất 2 là bắt đầu thấy mặt mày tươi tỉnh; thất 4, 5 là như không có chuyện gì xảy ra, giống như nó đi cúng thất cho bạn, tới thất 6,7 là xong luôn.

Tôi không bắt buộc người sống phải đau lòng, quằn quại vì người ra đi – không phải, nhưng mình phải nhìn thấy đó là thực trạng rất mỉa mai. Hồi sống mình cày như trâu ngựa đem tiền về cho nó xài, mình ra đi 2 tuần lễ là trở thành dĩ vãng. Nó đau chỗ đó. Đó là sự thật đau lòng, đau lắm luôn.

Tấm thân này rồi sẽ chết, mà trước khi chết, cái vụ tiền cận tử - đâu phải tự nhiên lăn ra chết đâu, đau đớn, mổ xẻ,..., nó mới chết.

Chết rồi đi về đâu, trời biết. Nó bất trắc, không định trước ngày, trước khi chết phải này nọ, dày vò, dằng xe, đớn đau, hành hạ mới chịu đi. Cuối cùng, chết rồi đi về đâu; và Cơ hội gặp Phật pháp rất hiếm.

Ok. Sáng nay vào trễ 3 phút, giảng đúng lố 3 phút. Mong bà con có được một ngày vui. Hẹn lại nhau Sunday sau./.